


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		



УТВЕРЖДЕНО
решением Ученого совета факультета фГНиСТ

06 20 22 г., протокол № 5

Председатель С.Н.Митин

06 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина	Технологии тренинга личностного роста
Факультет	Гуманитарных наук и социальных технологий
Кафедра	Психологии и педагогики
Курс	2

Направление 37.04.01 Психология

Профиль социальная психология личности

Форма обучения: очно-заочная

Дата введения в учебный процесс УлГУ: «01» сентября 2022

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № 10 от 16.06 2023 г.


Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № от 20 г.

Программа актуализирована на заседании кафедры: протокол № от 20 г.

Сведения о разработчиках:

ФИО	Кафедра	Должность, ученая степень, звание
Михайлова И.В.	Психологии и педагогики	доцент, кандидат психологических наук, доцент

СОГЛАСОВАНО	
Заведующий кафедрой психологии и педагогики	
	
С.Н. Митин	
« <u>24</u> » <u>06</u> 2022г.	

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Целью дисциплины «Технологии тренинга личностного роста» является формирование целостного представления о социально-психологическом тренинге, подготовка студентов к осуществлению практической профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

- Ознакомить студентов с основными видами и технологиями личностного тренинга как вида социально-психологического тренинга
- Углубить представление о групповых процессах в тренинге и привлечь к анализу групповой динамики участников тренинга
- Обеспечить опыт участия в построении (конструировании) и проведении собственного тренинга личностного роста

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП:

Дисциплина «Технологии тренинга личностного роста» относится к вариативной части учебного плана, к дисциплинам по выбору.


Дисциплина основывается на знаниях, умениях и компетенциях, усвоенных в рамках изучения программ специалитета или бакалавриата по направлению подготовки «Психология» и на дисциплинах магистратуры: «Планирование исследования в психологии», «Педагогическая практика», «Психология социального познания».

Дисциплина формирует знания, умения и компетенции параллельно с такими дисциплинами как «Исследовательские практики социальной психологии», «Проектная деятельность», «Психология жизнестойкости», «Психология профессиональных деформаций», «Социальная психология личности», «Технологии медиации в работе психолога», «Технологии психологического сопровождения и психологической помощи», «Актуальные направления психологического консультирования и коррекции», «Психология возрастных кризисов».

Освоение знаний, умений и компетенций по данному курсу будет основой развития компетенций по: «Производственной практике в профильных организациях», «Подготовке к процедуре защиты и защите выпускной квалификационной работы», «Подготовке к сдаче и сдача государственного экзамена», «Преддипломной практике».

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код и наименование реализуемой компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с индикаторами достижения компетенций
ПК-3 Способен разрабатывать и реализовывать психотехнологии и тренинги по развитию качеств личности, необходимых для самостоятельной жизни и социализации	ИД-1.1 пк 3 Знать виды и принципы построения тренинга, процессы динамики тренинговой группы ИД-2.1 пк 3 Уметь анализировать социальные роли участников тренинга, определять клиентские и тренерские технологии и управлять групповой динамикой ИД-3.1 пк 3

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		


	Владеть навыком самостоятельного конструирования и проведения тренинга по развитию социально-психологических качеств личности
ПК-6 Способен представлять результаты научно-исследовательской, консультативной и педагогической деятельности в различных формах и оценивать их эффективность	ИД-1.1 пк 6 Знать приемы оценки эффективности результатов научно-исследовательской, консультативной и педагогической деятельности психолога ИД-2.1 пк 6 Уметь проводить оценку эффективности психологической работы качественными и количественными методами ИД-3.1 пк 6 Владеть приемами составления психологического портрета и рекомендаций по результатам научно-исследовательской, консультативной и педагогической деятельности психолога

4. ОБЩАЯ ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах (всего) – 5 з.е.

4.2. Объем дисциплины по видам учебной работы (в часах) – 180 ч.


Вид учебной работы	Количество часов (форма обучения - очно-заочная)		
	Всего по плану	В т.ч. по семестрам	
		3	4
1	2	3	4
Контактная работа обучающихся с преподавателем в соответствии с УП	72	36	36
Аудиторные занятия:	72	36	36
Лекции	18	18	-
семинары и практические занятия	54	18	36
лабораторные работы, практикумы	-	-	-
Самостоятельная работа	72	36	36
Форма текущего контроля знаний и контроля самостоятельной работы: тестирование, контр. работа, коллоквиум, реферат и др. (не менее 2 видов)	- устный опрос -аналитические и практические задания -конструирование и проведение тренинга - участие в групповой работе -тестирование	- устный опрос - аналитические и практические задания -участие в групповой работе	-конструирование и проведение тренинга -участие в групповой работе -тестирование
Курсовая работа	-	-	-
Виды промежуточной аттестации (экзамен, зачет)	зачет экзамен (36 часов)	зачет	экзамен 36 часов
Всего часов по дисциплине	180	72	108

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

4.3. Содержание дисциплины. Распределение часов по темам и видам учебной работы:

Форма обучения: очно-заочная

Название разделов и тем	Всего	Виды учебных занятий					Форма текущего контроля знаний
		Аудиторные занятия			Занятия в интерактивной форме	Самостоятельная работа	
		Лекции	Практические занятия, семинары	Лабораторные работы, практикумы			
1	2	3	4	5	6	7	
Раздел 1. Теоретические основы личностного тренинга как вида СПТ							
Тема 1. Введение в тренинг личностного роста	8	2	2		2	4	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 2. Виды тренинговых групп	14	6	2		2	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 3. Тренер как ведущий тренинга	10	2	2		2	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 4. Особенности групповой динамики	14	4	2		2	8	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 5. Конструирование тренинга	26	4	10		10	12	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Зачет							вопросы и задачи к зачету
Итого за 3 семестр	72	18	18		18	36	
Раздел 2. Технологии социально-психологического тренинга							
Тема 6. Общие тренинговые методы	16		6		6	10	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 7. Форматы тренинга личностного роста	56		30		30	26	проверка задания, оценка участия в групповой работе

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

							работе
Экзамен	36						вопросы и задачи к экзамену, тестирование
Итого за 3 семестр	108	-	36	-	36	36	
Итого	180	18	54	-	54	72	

5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Теоретические основы личностного тренинга как вида СПТ

Тема 1. Введение в тренинг личностного роста.

История возникновения психологического тренинга как формы работы с группами. Особенности тренинговой формы работы. Специфика тренингов личностного роста. Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения. Специфические черты тренинга. Группа. Методы набора групп. Противопоказания для участия в тренинге личностного роста. Пространственная организация тренинга.

Тема 2. Виды тренинговых групп.

Виды тренинговых групп: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.

Тема 3. Тренер как ведущий тренинга.

Тренер. Функции тренера. Стиль тренера. Ко-тренерство. Профессиональная этика и соответствие тренера требованиям к ведущим групп.

Тема 4. Особенности групповой динамики.

Фазы развития тренинговой группы. Этап эйфории, конфликтный этап, продуктивный этап, завершающий этап: индикаторы этапа, чувства участников, отношение к тренеру, специфика конфликтов, окончание. Зависимость групповой динамики от количества участников, от общего времени существования группы.

Тема 5. Конструирование тренинга.

Конструирование тренинга. Общая последовательность смысловых разделов. Правила тренинга. Особенности работы на шерингах.


Раздел 2. Технологии социально-психологического тренинга

Тема 6. Общие тренинговые методы

Мозговой штурм. Групповая дискуссия. Разогревающие игры. Психогимнастика. Социально-перцептивные упражнения. Телесно-ориентированные упражнения. Медитации. Проективное рисование. Ролевые игры. Творческие игры.

Тема 7. Форматы тренинга личностного роста

Мотивационный тренинг. Тренинг сензитивности. Тренинг асертивности (уверенного поведения). Гендерный тренинг. Тренинг эмоциональной компетентности. Тренинг лидерства. Ценностно-смысловой тренинг. Тренинг личностной компетентности. Тренинг по разрешению межличностных конфликтов, др.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

6. ТЕМЫ ПРАКТИЧЕСКИХ И СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

Раздел 1. Теоретические основы личностного тренинга как вида СПТ

Тема 1. Введение в тренинг личностного роста

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- История возникновения психологического тренинга
- Специфические черты тренинга. Идет обсуждение в минигруппах, затем в общей группе о достоинствах и ограничениях тренинговой формы работы
- Специфика личностных тренингов Идет групповая работа - дискуссионное обсуждение в минигруппах, затем в общей группе о целях и задачах тренингов личностного развития
- Пространственная организация тренинга. Групповая работа обучающихся - дискуссионное обсуждение в минигруппах, затем в общей группе об оптимальной пространственной организации тренинга.

для самостоятельного изучения:

- Составить сводную таблицу по истории возникновения психологического тренинга
- Выделить специфику тренинговой формы работы.
- Определить основные методы набора групп. Выделить основания.
- Составить схему пространственной организации тренинга.

Тема 2. Виды тренинговых групп.

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- Критерии тренинговых групп: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.
- Групповая работа - дискуссионный анализ эффективности групп по разным критериям в минигруппах, обсуждение в общей группе.

для самостоятельного изучения:

- Составить сравнительную таблицу тренинговых групп по разным критериям: по временному фактору, по целям, по обобщенному принципу деятельности, по психологическому направлению.
- Составить схему анализа эффективности групп по разным критериям

Тема 3. Тренер как ведущий тренинга.


(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- Функции тренера.
- Стиль тренера.
- Ко-тренерство.
- Клиентские и тренерские технологии
- Разработка студентами этики тренера и требований к ведущему
- Профессиональная этика и соответствие тренера требованиям к ведущим групп. Групповая работа - дискуссия о тренерской этике (его полномочия и ограничения), составление портрета идеального тренера
- Общегрупповое обсуждение.

для самостоятельного изучения:

- Выделить и записать в сводной таблице функции тренера в зависимости от его направления деятельности и принадлежности к психологической школе.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

- Рассмотреть проблему стиля тренера.
- Выделить основные требования к профессиональной этике ведущих групп.

Тема 4. Особенности групповой динамики.

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- Фазы развития тренинговой группы.
- Этапы групповой динамики.
- Студенты объединяются в малые группы, на основании сводных таблиц формулируют этапы групповой динамики.
- Групповая работа - на основе представленных видеоматериалов проводят общегрупповой дискуссионный анализ этапов групповой дискуссии.

для самостоятельного изучения:

- Рассмотреть фазы развития тренинговой группы. Найти примеры к каждой фазе
- Охарактеризовать каждый этап групповой тренинговой динамики.
- Составить сводную таблицу этапов групповой динамики.
- Найти видеоматериалы по особенностям групповой динамики тренинговой группы.

Подготовить материалы для демонстрации на группе

Тема 5. Конструирование тренинга.

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- Конструирование тренинга.
- Общая последовательность смысловых разделов.
- Правила тренинга.
- Особенности работы на шерингах.
- Студенты разбиваются на минигруппы, выбирают тему для тренингового занятия, составляют алгоритм проведения тренинга с указанием упражнений разного типа, аргументируют ответ.
- В общегрупповой дискуссии студенты обмениваются своими аргументами, анализируют программы тренинга, выделяют достоинства и ограничения представленной программы.
- Демонстрация тренинговых упражнений, работа группы.

для самостоятельного изучения:

- Составить сводную таблицу по особенностям конструирования тренинга (автор – этапы конструирования).
- Составить 10 основных правил тренинга.
- Выделить особенности работы на шерингах.
- Найти разминочные упражнения и психогимнастические упражнения.
Подготовить материалы для проведения упражнений в группе.


Раздел 2. Технологии социально-психологического тренинга

Тема 6. Общие тренинговые методы.

(форма проведения – практическое занятие, интерактивное – групповая работа)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- Студенты распределяются по микрогруппам, в ходе домашней подготовки в рамках групповой работы (дискуссионного обсуждения) подбирают пример на каждый из предложенных ниже методов, применяемых в тренинговой работе, в ходе практического занятия микрогруппа показывает один из найденных ими методов.
--Мозговой штурм.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

- Групповая дискуссия.
- Разогревающие игры.
- Психогимнастика.
- Социально-перцептивные упражнения.
- Телесно-ориентированные упражнения.
- Медитации.
- Проективное рисование.
- Ролевые игры.
- Творческие игры.

для самостоятельного изучения:

- Подобрать тренинговые упражнения:
 - Разогревающие игры.
 - Психогимнастика.
 - Социально-перцептивные упражнения.
 - Телесно-ориентированные упражнения.
 - Проективное рисование.
 - Ролевые игры.
 - Творческие игры.
 - Смысловые упражнения
- Описать достоинства и недостатки каждой группы методов

Тема 7. Форматы тренинга личностного роста


(форма проведения – практическое занятие, интерактивное занятие, проведение обучающими самостоятельно сконструированных социально-психологических тренингов)

Вопросы для обсуждения на занятии:

- Анализ тренинговых программ по темам:
 - --Мотивационный тренинг.
 - --Тренинг сензитивности.
 - --Тренинг ассертивности (уверенного поведения).
 - --Гендерный тренинг.
 - --Тренинг эмоциональной компетентности.
 - --Тренинг лидерства.
 - --Ценностно-смысловой тренинг.
 - --Тренинг личностной компетентности.
 - --Тренинг по разрешению межличностных конфликтов
 - --Другие тренинговые программы по личностному развитию по выбору студентов
- Студенты распределяются и выбирают один из видов тренинга, на основе самостоятельной работы разрабатывают (конструируют) и проводят под присмотром преподавателя тренинговое занятие в своей студенческой группе.
- Студентами необходимо провести на группе тренинг по выбранной тематике (для ведущего тренинга)
- Студентами необходимо участвовать в тренинге и в дальнейшем принимать участие в обсуждении (для остальных студентов - участников тренинга)
- После проведения каждого тренинга идет глубокий анализ, оценка подбора тренинговых методов, упражнений, техник; оценка клиентских и тренерских технологий, оценка ведения тренинга, роли участников.

для самостоятельного изучения:

- Составить тренинговую программу на 30 часов по одной из тематик:
 - Мотивационный тренинг.
 - Тренинг сензитивности.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

--Тренинг ассертивности (уверенного поведения).
 --Гендерный тренинг.
 --Тренинг эмоциональной компетентности.
 --Тренинг лидерства.
 --Ценностно-смысловой тренинг.
 --Тренинг личностной компетентности.
 --Тренинг по разрешению межличностных конфликтов
 --Другие тренинговые программы по личностному развитию по выбору студентов

- Определить результат, который может быть получен участниками после прохождения тренинга.
- Определить вид тренинга. Аргументировать
- Определить вид развития тренинга. Аргументировать
- Определить клиентские технологии.
- Определить тренерские технологии.
- Разработать содержание тренинга, наполнив его необходимыми и достаточными упражнениями исходя из правил конструирования тренинга
- Подготовить законченный фрагмент из тренинговой программы для проведения его на общегрупповом занятии

7. ЛАБОРАТОРНЫЕ РАБОТЫ, ПРАКТИКУМЫ

Данный вид работы не предусмотрен УП


8. ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ, РЕФЕРАТОВ

Данный вид работы не предусмотрен УП

9. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЭКЗАМЕНУ (ЗАЧЕТУ)

Вопросы к зачету по дисциплине «Технологии социально-психологического тренинга»:


1. История возникновения психологического тренинга
2. Специфика тренингов личностного роста.
3. Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения.
4. Специфические черты тренинга как метода групповой работы
5. Методы набора групп в социально-психологический тренинг
6. Пространственная организация социально-психологического тренинга
7. Основные принципы тренинга
8. Критерии тренинговых групп: по временному фактору
9. Критерии тренинговых групп: по целям
10. Критерии тренинговых групп: по числу участников объекта воздействия
11. Критерии тренинговых групп: по типу объекта психологического воздействия
12. Критерии тренинговых групп: по числу ведущих (тренеров) и по техническому обеспечению
13. Критерии тренинговых групп: по типу руководства
14. Критерии тренинговых групп: по психологическому направлению
15. Анализ эффективности тренинговых групп по: по целям
16. Анализ эффективности тренинговых групп по: по временному фактору
17. Анализ эффективности тренинговых групп: по обобщенному принципу деятельности
18. Функции ведущего социально-психологический тренинг.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

19. Стиль тренерства и ко-тренерство: общая характеристика
20. Общая характеристика этики тренера.
21. Теория группового развития Т-группы У. Бенниса и Г. Шепарда
22. Фазы развития тренинговой группы: общая характеристика
23. Этапы групповой динамики применительно к тренингу личностного развития.
24. Конструирование социально-психологического тренинга: краткий алгоритм.
25. Вид развития в тренинге: общая характеристика вида, примеры использования
26. Клиентские технологии: сущность, цели, анализ эффективности
27. Тренерские технологии: сущность, цели, анализ эффективности
28. Общая последовательность смысловых разделов социально-психологического тренинга
29. Правила тренинга для участников и тренера
30. Особенности работы на шерингах в тренинге.

Вопросы к экзамену по дисциплине «Технологии социально-психологического тренинга»:

1. История возникновения психологического тренинга
2. Специфика тренингов личностного роста.
3. Тренинг как пересечение психокоррекции, психотерапии и обучения.
4. Специфические черты тренинга как метода групповой работы
5. Методы набора групп в социально-психологический тренинг
6. Пространственная организация социально-психологического тренинга
7. Основные принципы тренинга
8. Критерии тренинговых групп: по временному фактору
9. Критерии тренинговых групп: по целям
10. Критерии тренинговых групп: по числу участников объекта воздействия
11. Критерии тренинговых групп: по типу объекта психологического воздействия
12. Критерии тренинговых групп: по числу ведущих (тренеров) и по техническому обеспечению
13. Критерии тренинговых групп: по типу руководства
14. Критерии тренинговых групп: по психологическому направлению
15. Анализ эффективности тренинговых групп по: по целям
16. Анализ эффективности тренинговых групп по: по временному фактору
17. Анализ эффективности тренинговых групп: по обобщенному принципу деятельности
18. Функции ведущего социально-психологический тренинг.
19. Стиль тренерства и ко-тренерство: общая характеристика
20. Общая характеристика этики тренера.
21. Теория группового развития Т-группы У. Бенниса и Г. Шепарда
22. Фазы развития тренинговой группы: общая характеристика
23. Этапы групповой динамики применительно к тренингу личностного развития.
24. Конструирование социально-психологического тренинга: краткий алгоритм.
25. Вид развития в тренинге: общая характеристика вида, примеры использования
26. Клиентские технологии: сущность, цели, анализ эффективности
27. Тренерские технологии: сущность, цели, анализ эффективности
28. Общая последовательность смысловых разделов социально-психологического тренинга
29. Правила тренинга для участников и тренера
30. Особенности работы на шерингах в тренинге.
31. Мозговой штурм как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
32. Групповая дискуссия как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста


Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

33. Разогревающие игры как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
34. Психогимнастика как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
35. Социально-перцептивные упражнения как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
36. Телесно-ориентированные упражнения как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
37. Медитации как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
38. Проективное рисование как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
39. Ролевые и/или деловые игры как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста
40. Творческие упражнения как общий тренинговый метод. Примеры использования в тренинге личностного роста


10. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Форма обучения: очно-заочная

Название разделов и тем	Вид самостоятельной работы (проработка учебного материала, решение задач, реферат, доклад, контрольная работа, подготовка к сдаче зачета, экзамена и др.)	Объем в часах	Форма контроля (проверка решения задач, реферата и др.)
Раздел 1. Теоретические основы социально-психологического тренинга			
Тема 1. Введение в тренинг личностного роста	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	4	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 2. Виды тренинговых групп	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 3. Тренер как ведущий тренинга	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	6	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 4. Особенности групповой динамики	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии,	8	проверка задания, оценка участия в

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

	выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету		групповой работе
Тема 5. Конструирование тренинга	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение письменного аналитического задания, подготовка к зачету	12	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Зачет			вопросы к зачету
Итого за 3 семестр		36	
Раздел 2. Технологии социально-психологического тренинга			
Тема 6. Общие тренинговые методы	проработка учебного материала при подготовке к практическому занятию и групповой работе/дискуссии, выполнение задания	10	устный опрос, проверка задания, оценка участия в групповой работе
Тема 7. Форматы тренинга личностного роста	проработка учебного материала при подготовке к практическому, интерактивному занятию, разработка (конструирование) в письменном виде тренинговой программы, подготовка к проведению фрагмента тренинговой программы и краткого отчета по проведению	26	проверка задания, оценка участия в групповой работе
Итого за 4 семестр		36	
	подготовка к экзамену		вопросы и задачи к экзамену
Всего	самостоятельная работа студентов		

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Список рекомендуемой литературы

основная:

1. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490470>
2. Штроо, В. А. Методы активного социально-психологического обучения : учебник и практикум для вузов / В. А. Штроо. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 277 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02451-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489373>

дополнительная:

1. Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебное пособие для вузов / М. В. Кларин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 288 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02811-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491391>
2. Михайлова И.В. Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс]: электрон. учеб. курс / Михайлова Ирина Викторовна; УлГУ. - Электрон. текстовые дан. - Ульяновск: УлГУ, 2015. Режим доступа: <https://portal.ulsu.ru/course/view.php?id=95441>
3. Михайлова И. В. Психологический тренинг: логика конструирования и решения практических задач : учебно-методические рекомендации / И. В. Михайлова; УлГУ, ФГНиСТ, Каф. психологии и педагогики. - Ульяновск : УлГУ, 2019. - Загл. с экрана. - Электрон. текстовые дан. (1 файл : 518 КБ). - Текст : электронный. -URL:<http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/1946>
4. Одинцова, М. А. Сказкотерапевтические технологии в психологическом тренинге : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, И. В. Вачков. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 309 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13364-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496490>

учебно-методическая:

1. Михайлова И. В. Технологии тренинга личностного роста : учебно-методические рекомендации / И. В. Михайлова. - Ульяновск : УлГУ, 2022. - 16 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/11621>

Согласовано:


Ведущий специалист ООП Ефимова М.А.
Должность сотрудник научной библиотеки ФИО

Еф

подпись

29.04.2022

дата

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

б) Программное обеспечение

СПС Консультант Плюс
НЭБ РФ
Система «Антиплагиат.ВУЗ»
MicrosoftOffice 2016 или «Мой офис стандартный»
ОС MicrosoftWindows
Антивирус Dr.Web

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2022]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство ЮРАЙТ. – Москва, [2022]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Политехресурс. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг. – Москва, [2022]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Букап. – Томск, [2022]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС Лань. – Санкт-Петербург, [2022]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Знаниум. - Москва, [2022]. - URL: <http://znanium.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.8. Clinical Collection : научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/search/advanced?vid=1&sid=9f57a3e1-1191-414b-8763-e97828f9f7e1%40sessionmgr102>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

1.9. База данных «Русский как иностранный» : электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». – Саратов, [2022]. – URL: <https://ros-edu.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

2. КонсультантПлюс [Электронный ресурс]: справочная правовая система. /ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2022].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. База данных периодических изданий EastView : электронные журналы / ООО ИВИС. - Москва, [2022]. – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

3.2. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО Научная Электронная Библиотека. – Москва, [2022]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

3.3. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД Гребенников. – Москва, [2022]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2022]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. SMART Imagebase : научно-информационная база данных EBSCO // EBSCOhost : [портал]. – URL: <https://ebSCO.smartimagebase.com/?TOKEN=EBSCO-1a2ff8c55aa76d8229047223a7d6dc9c&custid=s6895741>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Изображение : электронные.

6. Федеральные информационно-образовательные порталы:

6.1. **Единое окно доступа к образовательным ресурсам** : федеральный портал . – URL: <http://window.edu.ru/>. – Текст : электронный.

6.2. **Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

7. Образовательные ресурсы УлГУ:


7.1. Электронная библиотечная система УлГУ : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Зам. начальника УИТТ



А.В. Ключкова

22.04.2022

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

Для проведения занятий используется следующее материально-техническое обеспечение:

Аудитории для проведения лекций, семинарских занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций.

Аудитории для проведения лекций и практических занятий, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, групповых и индивидуальных консультаций. Аудитории укомплектованы специализированной мебелью, учебной доской. Аудитории для проведения лекций оборудованы мультимедийным оборудованием для предоставления информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде, электронно-библиотечной системе.

13. СПЕЦИАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

В случае необходимости, обучающимся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья (по заявлению обучающегося) могут предлагаться одни из следующих вариантов восприятия информации с учетом их индивидуальных психофизических особенностей:

– для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом; в форме электронного документа; в форме аудиофайла (перевод учебных материалов в аудиоформат); в печатной форме на языке Брайля; индивидуальные консультации с привлечением тифлосурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме; в форме электронного документа; видеоматериалы с субтитрами; индивидуальные консультации с привлечением сурдопереводчика; индивидуальные задания и консультации;

– для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме; в форме электронного документа; в форме аудиофайла; индивидуальные задания и консультации;


В случае необходимости использования в учебном процессе частично/исключительно дистанционных образовательных технологий, организация работы ППС с обучающимися с ОВЗ и инвалидами предусматривается в электронной информационно-образовательной среде с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

Разработчик





доцент кафедры
психологии и педагогики

Михайлова И.В.

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

№ п/п	Содержание изменения или ссылка на прилагаемый текст изменения	ФИО заведующего кафедрой, реализующей дисциплину/вы- пускающей кафедрой	Подпись	Дата
1	Внесение изменений в п. 11 «Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины» с оформлением приложения 1	Митин С.Н.		16.06.2023

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

Приложение 1

11. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ТЕХНОЛОГИИ ТРЕНИНГА ЛИЧНОСТНОГО РОСТА»

а) Список рекомендуемой литературы

основная:

1. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для вузов / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07294-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/490470>
2. Штроо, В. А. Методы активного социально-психологического обучения : учебник и практикум для вузов / В. А. Штроо. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 277 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02451-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489373>

дополнительная:

1. Кларин, М. В. Корпоративный тренинг, наставничество, коучинг : учебное пособие для вузов / М. В. Кларин. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 288 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02811-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491391>
2. Михайлова И.В. Основы социально-психологического тренинга [Электронный ресурс]: электрон. учеб. курс / Михайлова Ирина Викторовна; УлГУ. - Электрон. текстовые дан. - Ульяновск: УлГУ, 2015. Режим доступа: <https://portal.ulsu.ru/course/view.php?id=95441>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.
3. Одинцова, М. А. Сказкотерапевтические технологии в психологическом тренинге : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, И. В. Вачков. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 309 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13364-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496490>


учебно-методическая:

1. Михайлова И. В. Технологии тренинга личностного роста : учебно-методические рекомендации / И. В. Михайлова. - Ульяновск : УлГУ, 2022. - 16 с. - Неопубликованный ресурс. - URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Download/MObject/11621>. - Режим доступа: ЭБС УлГУ. - Текст : электронный.

Согласовано:

Главный библиограф / Ефимова М.А. /
Должность сотрудника научной библиотеки ФИО подпись дата

25 мая 2023

Министерство науки и высшего образования РФ Ульяновский государственный университет	Форма	
Ф-Рабочая программа дисциплины		

б) Программное обеспечение

1. СПС Консультант Плюс
2. Система «Антиплагиат.ВУЗ»
3. ОС Microsoft Windows
4. Microsoft Office 2016
5. «МойОфис стандартный»

в) Профессиональные базы данных, информационно-справочные системы

1. Электронно-библиотечные системы:

1.1. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart : электронно-библиотечная система : сайт / ООО Компания «Ай Пи Ар Медиа». - Саратов, [2023]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.2. Образовательная платформа ЮРАЙТ : образовательный ресурс, электронная библиотека : сайт / ООО Электронное издательство «ЮРАЙТ». – Москва, [2023]. - URL: <https://urait.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

1.3. База данных «Электронная библиотека технического ВУЗа (ЭБС «Консультант студента») : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Политехресурс». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.4. Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : база данных : сайт / ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением-Комплексный медицинский консалтинг». – Москва, [2023]. – URL: <https://www.rosmedlib.ru>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.5. Большая медицинская библиотека : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Букап». – Томск, [2023]. – URL: <https://www.books-up.ru/ru/library/>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.6. ЭБС Лань : электронно-библиотечная система : сайт / ООО ЭБС «Лань». – Санкт-Петербург, [2023]. – URL: <https://e.lanbook.com>. – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный.

1.7. ЭБС Znanium.com : электронно-библиотечная система : сайт / ООО «Знаниум». - Москва, [2023]. - URL: <http://znanium.com>. – Режим доступа : для зарегистрир. пользователей. - Текст : электронный.

2. **КонсультантПлюс** [Электронный ресурс]: справочная правовая система. / ООО «Консультант Плюс» - Электрон. дан. - Москва : КонсультантПлюс, [2023].

3. Базы данных периодических изданий:

3.1. eLIBRARY.RU: научная электронная библиотека : сайт / ООО «Научная Электронная Библиотека». – Москва, [2023]. – URL: <http://elibrary.ru>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный

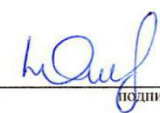
3.2. Электронная библиотека «Издательского дома «Гребенников» (Grebinnikon) : электронная библиотека / ООО ИД «Гребенников». – Москва, [2023]. – URL: <https://id2.action-media.ru/Personal/Products>. – Режим доступа : для авториз. пользователей. – Текст : электронный.

4. **Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека»** : электронная библиотека : сайт / ФГБУ РГБ. – Москва, [2023]. – URL: <https://нэб.рф>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

5. **Российское образование** : федеральный портал / учредитель ФГАУ «ФИЦТО». – URL: <http://www.edu.ru>. – Текст : электронный.

6. **Электронная библиотечная система УлГУ** : модуль «Электронная библиотека» АБИС Мега-ПРО / ООО «Дата Экспресс». – URL: <http://lib.ulsu.ru/MegaPro/Web>. – Режим доступа : для пользователей научной библиотеки. – Текст : электронный.

Согласовано:

Инженер ведущий / Щуренко Ю.В. /  / 25.05.2023
Должность сотрудника УИИТ ФИО подпись дата